18.006 Hrášok dusený s mrkvou
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
maslo	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50
mrkva	4,00	3,20	5,00	4,00	6,00	4,80	8,00	6,40
hrášok sterilizovaný b. n.	3,00	3,00	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00
soľ	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15	0,15	0,15
petržlenová vňať	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11
hmotnosť porcie v g	50		80		100		130	

Receptúra

Výrobný postup

Mrkvu umyjeme, očistíme, pokrájame na kocky, opražíme na časti masla, mierne podlejeme vodou a udusíme. Pridáme sterilizovaný hrášok, soľ, podusíme, zjemníme zvyšným maslom a dochutíme petržlenovou vňaťou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	221	53	1,77	2,2	0,0	5,5	1,8	26,0	0,8	0,722	0,1	0,0	6,2	0,5
B	309	74	2,80	2,7	0,0	8,2	2,6	35,5	1,1	0,912	0,1	0,1	8,8	0,7
C	383	92	3,35	3,6	0,0	9,9	3,1	42,4	1,4	1,095	0,1	0,1	10,3	0,8
D	470	113	4,00	4,5	0,0	12,1	3,9	53,2	1,7	1,450	0,2	0,1	12,9	1,0